

N. 168 - Ottobre - Dicembre 2024

www.ombreeluci.it

Ombre e Luci

RIVISTA CRISTIANA DELLE FAMIGLIE E DEI LAVORATORI DI PERSONE FRAGILI E CON DISABILITÀ

Sorelle tutte

QUANDO LE RELIGIOSE
INCONTRANO LA DISABILITÀ



4/2024

- 3 EDITORIALE**
Piccole ma decisive
di Cristina Tersigni
- 4 DIALOGO APERTO**
- 5 INTERVISTA**
Per continuare a mettere in cerchio
di Angela Gattulli
- 8 FOCUS:**
SORELLE TUTTE
Come vitamina tra la gente
di Cristina Tersigni
- 11 «Ti chiamano»**
di suor Teresita Frachey
- 13 Trascendere i limiti**
per abbracciare ogni limite
di suor Maria Ilaria Di Bernardo
- 16 Anelli di incontri**
di suor Elena Bernasconi
- 20 DALL'ARCHIVIO**
Il racconto di Natale di mio figlio
di Giulia Galeotti
- 22 FEDE E LUCE**
Verso una pace duratura
di Stefano Guarino
- 24 ASSOCIAZIONI**
Quel che l'etichetta racconta
di Valentina Mari
- 26 SPETTACOLI**
Per una giusta rappresentazione
di Claudio Cinus
- 28 LIBRI**
- 30 DIARI**
Come me, anche la sposa
era vestita di bianco
di Benedetta Mattei
- E le ferie?**
di Giovanni Grossi

In copertina:
Mino Rosso, *Le suore* (1930)
In IV copertina:
Caroline Crowe e Jess Pauwels,
La nuova slitta di Babbo Natale (Ancora, 2023)



Ombre e Luci 168

Ottobre - Dicembre 2024

Trimestrale Anno XLII n. 4

Organo dell'Associazione Fede e Luce Onlus
Autorizzazione del Tribunale di Roma n.19 del 24
gennaio 1983 - ISSN 1594-3607

Fondatrice **Mariangela Bertolini**

Responsabile **Giulia Galeotti**

Direttore **Cristina Tersigni**

Fotocomposizione **Matteo Cinti**

Hanno collaborato a questo numero:

suor Elena Bernasconi, Nicla Bettazzi, Claudio Cinus, suor Maria Ilaria Di Bernardo, suor Teresita Frachey, Angela Gattulli, Giovanni Grossi, Stefano Guarino, Valentina Mari, Benedetta Mattei, Efrem Sardella

Redazione e amministrazione

viale di Valle Aurelia, 92 - 00167 Roma
Lunedì, mercoledì, venerdì dalle 10 alle 13
Telefono **06 87691 450** Cell **334 345 4998**
E-mail: **ombreeeluci@fedeeeluce.it**
www.ombreeeluci.it

Stampa:

Azienda tipografica Imprimenda
Via Martin Piva, 14 - 35010 Limena (PD)
Finito di stampare nel mese di novembre 2024
Poste italiane sped. abb. post. di 353/03
(conv. in l.46/04) art. 1 comma 2 - CMP Padova

COME SOSTENERCI

Offerta minima
per un anno di sostegno: **20€**

Bonifico intestato a "Associazione Fede e Luce Onlus":

IT02 S076 0103 2000 0005
5090 005

Conto Corrente Postale n. **55090005**

PayPal: **@fedeeeluce**
(oppure **inquadra il QR code**
qui accanto)



Piccole ma decisive

di Cristina Tersigni

«**S**ono tanti anni che abitiamo in questo palazzo, i nostri vicini hanno visto crescere mio figlio Massimiliano. Sono tutti gentili e comprensivi con lui ma, se c'è da salire in ascensore insieme, preferiscono evitare. Forse per riguardo? Per paura? Mi chiedono di lui e della sua salute solo quando non è presente». Eppure, Massi ascolta e risponde a modo suo, «non morde, non aggredisce». Nicla Bettazzi, una delle nostre affezionate firme e madre di Massimiliano, 35 anni con autismo e un'epilessia («questa sì, brutta»), lo racconta in un piccolo video che potete vedere sul sito di *Ombre e Luci* e sui nostri canali social per testimoniare quanto ritenga utile impegnarsi a far conoscere una rivista come la nostra. Perché forse a mancare – continua Bettazzi – è «conoscere la disabilità, prenderci familiarità, in qualsiasi modo possibile anche cominciando tra le pagine di una rivista». E diminuire così una distanza che sembra incolmabile. Una distanza azzerata nelle storie raccon-

tate da alcune donne consacrate nelle pagine del focus di questo numero. Ognuna nella sua veste, vivono esperienze immensamente diverse e pienamente nel mondo, testimoniando quell'amore incarnato che festeggeremo nel Natale in arrivo. Lo accompagnerà un anno giubilare dedicato alla speranza; Mariangela Bertolini la descriveva come una «piccola luce che rischiarava le tenebre che abbiamo sperimentato, ognuno di noi», «segno di bene» di cui ognuno di noi può essere portatore e che aiuta ciascuno a non perdersi. Anche piccole, una luce e una distanza da colmare possono essere decisive: qualcuno per noi ha già colmato, nel suo farsi bambino duemila anni fa, uno spazio davvero più inconcepibile e ha acceso una luce di speranza che continua a illuminare i nostri cuori. Sia con voi il nostro augurio di poter percorrere anche una piccola, possibile distanza, come quella, ad esempio, coperta da qualche piano di ascensore insieme a Massi, o altri come lui. Vedrete poi che luce. **OL**

Una partita del cuore

Dopo la meravigliosa intensissima giornata della Kimata Cup, il risveglio è pieno di un miscuglio di sensazioni... La mente corre e vede scorrere i volti sorridenti di tutti, dei ragazzi albanesi, ciprioti, italiani che hanno partecipato al torneo, dei tanti amici di *Fede e Luce* e non, che hanno assistito emozionandosi sugli spalti. Dalla panchina ho visto caricarsi un'energia positiva che esplode in campo, ma sempre con il più giusto e corretto atteggiamento puramente sportivo che vuole vincere e che rispetta il compagno e l'avversario, che aiuta chi sta più indietro. Come quando i calciatori e l'allenatore albanesi hanno incitato la nostra Cristina anche loro facendole attraversare il campo, libera per tirare in porta. E lo stesso abbiamo fatto noi con un giocatore cipriota con meno abilità. E questa carica fa tirare fuori energie e abilità inaspettate a ragazzi che forse in passato raramente avevano giocato a calcio... Anche chi ci è venuto a vedere ha contribuito a creare un clima di festa che resterà nei nostri cuori. Grazie a tutti!

Paolo Catapano (Roma)

Dove trovo un senso di calma

Mi chiamo Emiliano Caprini e faccio parte di *Fede e Luce* nella comunità San Gaetano. Dieci anni fa sono arrivato tramite una psicologa che conosceva Huberta; purtroppo il lavoro che svolgo è molto impegnativo e vado a *Fede e Luce* quando posso anche perché ho i miei genitori che non stanno molto bene. Mio padre ha 82 anni e sta cominciando ad avere l'Alzheimer, tutte le mattine lo devo accompagnare a fare la spesa perché spesso perde i soldi; il mio lavoro si svolge la mattina alla Banca IBL e il pomeriggio ai Musei Vaticani come operaio pulitore. Le volte che vado a *Fede e Luce* trovo un senso di calma, anche al campo di Tarquinia con Antonio e Giuseppe, i miei più cari amici. Alla casetta scambiamo opinioni, ognuno parla dei propri problemi, svolgiamo attività, dopo il pranzo stiamo un po' all'aria aperta.

Emiliano Caprini (Roma)

La poesia del poeta

di Claudio Moriggia

Lei

*Con la donna al cancello
è venuto il tempo bello
Se la guardo estasiato,
lo spettacolo è assicurato
Dopo la rima di giornata
la mia donna ho baciata*

Ciao Andrea

Regalava un libro a ogni amico che incontrava: è una delle cose che Silvana Zamperoni mi ha raccontato quando ha telefonato per comunicarci la morte del figlio Andrea, avvenuta nel giorno della festa dell'amato san Francesco, in seguito ad alcune complicazioni purtroppo frequenti per i dializzati di lungo termine



come lui. Andrea stesso aveva parlato della fatica della dialisi nel numero di *Ombre e Luci* dedicato alla salute ordinaria nella disabilità, facendo trasparire comunque una grande determinazione, tanta forza e giovialità. Ho potuto conoscerlo

prima dai racconti della mamma e poi in due lunghe, belle telefonate con lui stesso. Mi ha stupito, Andrea, con la sua grande capacità e voglia di intrattenere e intrattenersi con me, praticamente una sconosciuta. E ho compreso come abbia potuto segnare la vita dei suoi cari con un profondo bene nelle avversità innegabili che ha incontrato. Da qui, lo ringraziamo di aver condiviso con tutti noi un pezzo della sua preziosa esistenza.

Cristina Tersigni (Roma)

Per continuare a mettere in cerchio

Intervista a Pietro Vetro,
neopresidente di Fede e Luce onlus

di Angela Gattulli

Lo scorso giugno Pietro Vetro è stato eletto presidente dell'associazione *Fede e Luce* onlus. Avendo io ricoperto il ruolo nei due mandati precedenti, *Ombre e Luci* mi ha chiesto di intervistarlo. Ne è nata una riflessione sul suo cammino, e su quello di *Fede e Luce*; sul futuro, sull'apertura al mondo, sulla responsabilità, sulla Chiesa.

Quali sono gli obiettivi per il quadriennio?

Sicuramente la raccolta dei dati anagrafici degli associati, una delle difficoltà per tutti i precedenti CdA, e l'iscrizione al Runts, un lavoro in corso... con altre difficoltà. Poi vorrei riuscire ad avere i soldi per portare avanti tutte le iniziative: quella della raccolta fondi attraverso bandi è un'attività che abbiamo fatto partire nel mandato precedente, e che è un po' il nostro punto debole. Aumentare i rapporti con la Chiesa, con l'Arca, con le istituzioni della società civile.

Condividiamo il desiderio di portare Fede e Luce all'esterno per confrontarci con altre realtà e creare nuove sinergie.

Mi piacerebbe riuscire a inserirci nel tessuto parrocchiale delle varie realtà un po' in tutta Italia, per far conoscere *Fede e Luce* e far nascere nuove comunità. La missionarietà è nell'anima del movimento, l'associazione può solo aiutare.

Per le comunità alcune questioni appaiono molto tecniche, più burocratiche e meno spontanee. Non è però così: essere associazione è fondamentale per supportare il movimento e per vivere Fede e Luce. Hai in mente iniziative di comunicazione a riguardo?

Lo scorso anno ho fatto l'esperienza del comitato di nomina per l'elezione del coordinatore provinciale, siamo andati a visitare una comunità per volta: oltre ad aumentare mezzi di comunicazione tradizionali (come sito, social...), c'è bisogno del contatto personale, come ci insegna *Fede e Luce* e un po' anche la nostra fede, per chi ce l'ha. L'idea sarebbe quella di visitare le comunità ma siamo all'inizio... vedremo tra un paio d'anni.

Mi sembra una cosa ottima!

Sempre se il movimento è d'accordo. Determinate decisioni vanno prese dal movimento e non dall'associazione, che aiuta. Per esempio il discorso del pellegrinaggio: l'associazione assiste l'organizzazione, ma il come si fa, quali i tempi e i modi sono cose che devono partire sostanzialmente dalle équipe tematica e logistica.

Mi anticipi... Il 2025 sarà ricco di eventi come il giubileo e il pellegrinaggio a Pompei. Sei un po' spaventato?

Come sempre. Sono impegni grossi e anche costosi. Per questo batto molto perché, sia l'associazione che il movimento, cerchino fondi in tutti i modi e a tutti i livelli.

Quale messaggio vorresti far arrivare ai partecipanti?

Ci sono tutti gli elementi per un pellegrinaggio bellissimo. Chiaramente, ne abbiamo discusso più volte, esso ha anche una componente di sacrificio, bisogna saperlo. Ma è anche occasione di incontrare tanta gente, di vivere giornate molto intense, tutti quanti insieme. A volte la paura di qualcosa si trasforma nella paura che uno abbia paura... bisogna anche avere il coraggio un po' di osare. Ho molta fiducia! Il giubileo, invece, è partecipare a una festa più grande, non soltanto nostra ma di tanti altri: è una bellissima occasione per far conoscere *Fede e Luce*. Vengo da tanti anni di parrocchia ma anche di altri movimenti, ma

continuo a ritenere che *Fede e Luce* sia una cosa assolutamente unica. Riuscire a presentarla, come per esempio con il mimo (forse la cosa più immediata) ma anche negli incontri personali che si possono fare con altre realtà durante un giubileo. È un'occasione da non perdere che farà bene a noi e farà bene agli altri.

Ripensando al tuo cammino a Fede e Luce, mi sono ricordata di Assisi 2005: eri in comunità da soli 5 anni e avevi accettato di essere coinvolto in quell'avventura come co-coordinatore della parte logistica. Che cosa ti ha dato Fede e Luce in questo tempo di responsabilità a livello personale? Cosa vorresti dire a chi entra in comunità, e che spesso è spaventato dall'assumere una responsabilità?

Con *Fede e Luce* si cresce sempre: con la presidenza sto imparando cose concrete, mentre la responsabilità nel movimento mi ha insegnato a rapportarmi con persone diverse da me. La mia vita si è anche improntata in scelte che ho potuto fare perché sono stato a *Fede e Luce*, come quella dell'adozione: trovarmi da un giorno all'altro a interagire con due persone che parlano una lingua diversa, mangiano cose diverse, hanno abitudini diverse. *Fede e Luce* insegna a gestire queste situazioni. Anni fa citai una frase di Mariangela Mazzarotto Bertolini rivolta agli assistenti spirituali che va bene per ciascuno di noi: «*Fede*

e *Luce* ti aiuta a non essere mediocre». *Fede e Luce* ti permette di fare una vita sempre diversa, un'occasione che va valorizzata. Sono molto contento che le mie figlie, in questo momento, vengano a *Fede e Luce*, anche se con esperienze di fede molto diverse. Ai giovani consiglio di cogliere quest'opportunità perché dà un modo di vivere diverso da quello a cui siamo ormai abituati: metterti in cerchio, saper interagire con persone diverse da te, dire che siamo tutti uguali ma non per questo che dobbiamo essere uniformi, fatti con lo stampino. Se siamo diversi, è tutto molto più divertente, è una ricchezza molto più grande: *Fede e Luce* questo lo insegna.

So che ti stanno molto a cuore gli assistenti spirituali di comunità...

Sappiamo di tante persone che sono state mandate via dalla messa perché i figli facevano rumore. Se andiamo a una qualsiasi messa, ancora oggi, non vediamo tante persone con disabilità. L'assistente spirituale è chi le riconcilia con la Chiesa e con la fede. Non è la cosa più semplice del mondo. Una volta un assistente spirituale mi disse di sentirsi un dilettante allo sbaraglio. In una struttura come la parrocchia, arriva, comincia a dire messa, fa catechismo, tiene i rapporti tra i gruppi e, attraverso queste cose molto concrete, stabilisce dei rapporti. A *Fede e Luce* deve solo stabilire rapporti e quindi fa un po' più fatica, ma se è

presente, fa la differenza. È molto importante anche per la Chiesa, perché testimonia che esiste un modo di stare con le persone fragili che è diverso da quello solito.



È cambiato il contesto in cui ci muoviamo, la società, la normativa, la Chiesa, e anche la nostra storia è stata in parte riscritta. Quali sono le sfide che, secondo te, Fede e Luce affronterà nei prossimi anni?

Innanzitutto riuscire a coinvolgere maggiormente i giovani. Poi, la capacità di interagire con altre realtà, che siano giovanili oppure no. Quando entrai, *Fede e Luce* sembrava un po' chiusa in se stessa, mentre negli ultimi anni si è più aperta al mondo, grazie anche al lavoro dell'associazione. Deve continuare sempre più a farlo in modo che sfrutti tutto ciò che ha da dare – ed effettivamente riesca a darlo – alla società, alla Chiesa e alle Chiese. **OL**

Come vitamina tra la gente

Sour Camelia El Khoury, libanese in Terra Santa e assistente spirituale di comunità

di Cristina Tersigni

«**I**responsabili della mia comunità mi dissero che ovunque sarei andata, avrei fatto *Fede e Luce*». Con un bel sorriso, suor Camelia El Khoury, 52 anni, libanese in Terra Santa da ventidue, ricorda, nella nostra conversazione a Roma qualche settimana fa, la sua prima comunità di Beirut, a San Michele, vicino al porto che ancora porta i segni della terribile esplosione dell'agosto 2020. Se ne andò da lì quando la superiora le chiese di trasferirsi in Galilea «perché c'era bisogno di me. Cominciai con il catechismo ai bambini ma continuavo ad avere la chiamata a *Fede e Luce*. Insistei con il parroco per due anni. Era un po' timoroso, non diceva niente ma glielo ripetevo spesso. Poi nel 2003 andai più decisa: "Sono due anni che sono qui e devo fare qualcosa". "Fai come vuoi" mi rispose alla fine».

Così suor Camelia, dopo averlo rassicurato che non lo avrebbe

coinvolto se non per sapere chi visse con un familiare con disabilità, quando ebbe i loro nomi, andò a visitarli casa per casa «per esser loro amica». Il suo arrivo stupiva e non poche volte incontrava diffidenza. Ma poi diventava di famiglia. «Busso, racconto di me, del perché sono lì, di cosa sia *Fede e Luce*. In genere queste famiglie sono abituate che quando qualcuno entra nelle loro case non si interessa minimamente del familiare con difficoltà, neanche lo saluta». Lei invece andava proprio per conoscere la persona in difficoltà, non i genitori.

In quel periodo, era il 2003, suor Camelia si trovava a Eilabum, tra Nazareth e Tiberiade, un villaggio di circa 5000 persone dei quali

cinquecento cristiani. «Spiegavo cosa fosse *Fede e Luce* e la sua spiritualità. Volevo però che anche i giovani avessero l'opportunità di conoscere questa realtà. Sapevo che sarebbe venuto Jean Vanier per alcune conferenze.



Suor Camelia e Nora Buccheri

Non sapevamo nulla all'epoca delle sue problematiche: ora a riguardo mi interessa solo sapere che in quegli anni ha fatto qualcosa di profetico. Dissi a padre Soel che avremmo dovuto incontrarlo. Lo stesso dissi a una mamma e un papà, perché ascoltassero cosa fosse il movimento non solo dalle mie parole».

Cominciava così il cammino della comunità che intanto cercava anche di conoscere altre realtà vicine: una prima possibilità fu quella di un campo estivo organizzato in Giordania. Un incontro internazionale in Egitto rimase invece un sogno perché la popolazione araba cristiana residente in Israele non poteva recarvisi. Per questo motivo, qualche anno più tardi, le comunità della Galilea sono state accolte nella Provincia di *Un Fiume di Pace*. «Prima venne a conoscerci Lucia Casella, all'epoca vice coordinatrice internazionale; nel 2010 tornò con don Marco Bove, assistente spirituale internazionale, e Angela Grassi, nuova vicecoordinatrice, per incontrare la comunità e guidarla nella fase di elezione del responsabile»: si completava così il cammino di riconoscimento ufficiale.

«Nel 2011 mi sono dovuta trasferire, ho conosciuto tante ragazze e una in particolare che aveva una sorella con disabilità». Suor Camelia riprende da dove sa: cerca e visita con loro le famiglie con persone fragili di Shefar-am e di I'billin, organizzano un incontro ogni mese. «Da allora il gruppo è in collegamento con la provincia di *Un Fiume di Pace*.

Loro sono venuti per incoraggiarci, noi abbiamo l'audacia dei primi discepoli e ora ci sono due comunità». Quasi... molte difficoltà sono poi arrivate con il covid: la ripresa comunque è avviata. «Nella società israeliana ci sono tante possibilità per le persone con disabilità, le leggi sono buone; esistono associazioni, facilitazioni per la mobilità, pensioni, assistenza sanitaria. Quello che manca però è la relazione umana, l'amicizia, la comunità, la condivisione», in poche parole *Fede e Luce*.

Quel senso di calore familiare si allarga anche alle consorelle che suor Camelia ha spesso coinvolto negli incontri con l'appoggio della superiora. «Abbiamo bisogno di semplicità e di umiltà per essere accoglienti. Nel nostro mondo facciamo tanti calcoli, vogliamo mettere mano su tutto. La vita è un dono, va ricevuto che ci piaccia o no. Ognuno di noi è fragile, ha i propri limiti. Avrei voluto pensare ancora alla comunità di Nazareth ma poi è scoppiata la guerra e non c'è stato modo. Da 75 anni viviamo così, ogni due anni abbiamo una guerra. Ora è proprio difficile. Non riescono a trovare una soluzione che rispetti la giustizia per tutti... non c'è».

Suor Camelia ha anticipato di mesi quello che poi sarebbe successo nelle settimane scorse nella sua terra natale: «Sono del Libano del sud, vicino Israele. Nelle guerre tra i due Paesi io ero proprio nel mezzo quando litigavano. Non sono per nessuna delle due parti, per la Palestina o per Israele. Non posso dire niente. Tra

loro fanno sempre la guerra sempre e sempre il Libano viene coinvolto. Ma noi cristiani non possiamo proprio fare la guerra. I cristiani si sentono in pochi eppure, secondo me, possono dare la loro testimonianza di pace e di riconciliazione, di educazione attraverso le scuole e gli ospedali. Sono tante le istituzioni cristiane che accolgono molti, anche musulmani».

**Noi cristiani
non possiamo proprio
fare la guerra.
I cristiani si sentono
in pochi eppure
possono dare
testimonianza di pace
e di riconciliazione,
ad esempio attraverso
scuole e ospedali**

La comunità di *Fede e Luce* invece non può essere frequentata così apertamente dalle persone di fede islamica: agli incontri si trovano circa trenta persone, la maggior parte araba cristiana, che diventano cinquanta in occasione delle feste. I giovani coinvolti non sono ancora abbastanza forti ed è per questo che suor Camelia avrebbe voluto che partecipassero alla formazione provinciale. Purtroppo, i costi del volo e la situazione attuale non hanno aiutato la realizzazione di questo progetto per tutti. Un rinforzo però che sarebbe indispensabile visto che gli spostamenti di suor Camelia hanno grandi conseguenze per la comuni-

tà. «Ci sono due responsabili e sono rimasta come assistente spirituale. Se occorre sostegno o se sento che il gruppo è in difficoltà, intervengo. Quasi come fossi una vitamina».

Una donna, d'altronde, poco capace di star ferma a guardare. «A volte le persone mi domandano dove svolgo il mio servizio di suora, se nella scuola o negli ospedali: io rispondo nella strada a vivere con la gente. Nei villaggi vicino Nazareth non ci sono scuole cristiane, così io insegno il catechismo ai bambini per la comunione, incontro le donne, organizziamo pellegrinaggi, facciamo *Fede e Luce*. Ogni settimana ne visito tre. La mattina sono con le donne a pregare e il pomeriggio per il catechismo con i ragazzini di 10-12 anni. La parrocchia è piccola, ha 150-170 persone, i bambini vivono all'interno di una maggioranza musulmana. Più che fare qualcosa, sto con la gente, incoraggio la loro appartenenza alla chiesa. Per questo, mi dispiace che non ci siano molte religiose».

Suor Camelia appartiene all'ordine delle Religiose di Nazareth, diffuso in Francia, Libano, Italia e Palestina cui si occupa di educazione e istruzione. «Purtroppo siamo poche, la nostra è una piccola congregazione. Ho capito però che dando il mio piccolo sì a Gesù, lui si dà a noi tutto intero. Servono persone innamorate di Gesù, senza di lui non possiamo vivere. Testimoniare la gioia, la vita, l'amore, vivere vicino alle persone, al loro dolore, alla fragilità ci aiuta. Tante religiose rimangono distanti, senza condividere la vita delle persone». **OL**

«Ti chiamano»

Vivere con Fede e Luce in Valle d'Aosta

di suor Teresita Frachey

Sono nata ad Aosta il 31 gennaio 1940, ultima di sei figli. Appartengo alla congregazione delle Suore di San Giuseppe d'Aosta. Ho incontrato *Fede e Luce* attraverso padre Klaus Sarbach. Ero rientrata dalla missione in Sardegna dove avevo lavorato una decina di anni sia nella scuola media statale sia nelle opere parrocchiali, in una zona molto popolosa di giovani famiglie che provenivano dai vari paesi della Sardegna e dal continente. I ragazzi che incontravo nelle 18 classi di 25 alunni erano quasi tutti della mia parrocchia di nuova fondazione. Partecipavo pure a un coro polifonico a Olbia. Quindi il richiamo in valle fu un po' doloroso anche perché terminare così la nostra missione in quella amata terra dove qualcuno dice che «si arriva a piangendo e si parte piangendo».

Un giorno una sorella mi dice «Ti chiamano in parlatorio». Mi aspettava un sacerdote molto cordiale che non conoscevo. Per farla breve mi

disse che la sua congregazione lasciava Chateau Verdun, luogo molto conosciuto e apprezzato, e ritornava Svizzera, ma che in Valle vi era bisogno di un animatore spirituale per *Fede e Luce*. Io l'ho ascoltato e gli ho detto «Si rivolga al vescovo!». Ma la risposta fu che non aveva sacerdoti. Continuava affermando di aver interpellato la mia madre generale: «Chieda a suor Teresita, altrimenti io non posso aiutarla». Ho fatto ancora resistenza perché, pur avendo avuto sin da bambina un'attenzione parti-

colare per i poveri, non mi sentivo all'altezza. Però davanti alle parole «Se non accetta il gruppo si scioglierà» e fidandomi della bontà misericordiosa di Dio, accettai ed eccomi ancora qua. Anche se penso sia giunto

il momento di passare le consegne.

L'importanza che ha una comunità di *Fede e Luce* è soprattutto quella di aiutare le famiglie, che spesso si sentono isolate, ad avere dei punti di riferimento, potendo così contare su persone amiche, con cui condivide-



Suor Teresita e la comunità di Aosta

re gioie e dolori e, per noi cattolici, pregare insieme, trarre aiuto dalla parola di Dio e dai sacramenti.

La nostra comunità incontra varie difficoltà: la Valle d'Aosta è piccola; l'età che avanza dei membri, la distanza che rende difficili i trasporti in caso di disabilità anche fisica. Famiglie che temono ancora di manifestare la loro concreta situazione. E cerchiamo di aiutare, nella misura del possibile, anche chi non fa parte della nostra comunità di fede: sono sempre un fratello o una sorella, figlio o figlia di Dio.

Avere cura della spiritualità di una comunità per me, prima di tutto, significa impegnarmi a fondo nella preghiera per ognuno dei suoi membri: per i ragazzi, per i familiari, per gli amici, e pure per tutto il movimento, sparso nel mondo intero. Poi aver cura con telefonate, sms, visite. In particolare negli incontri mensili cerco di far passare il messaggio del Carnet de Route. Abituamente, in questa giornata partecipiamo in mattinata alla messa con la comunità parrocchiale di Valpelline, paese nella valle del Gran San Bernardo, che, con il suo pastore, ci accoglie sempre con molta gioia e fraternità. Collaboriamo all'animazione con le letture, i canti, le preghiere. In seguito, nella casa parrocchiale messaci a disposizione, ci dividiamo i compiti: chi prepara il pranzo, chi i lavoretti da eseguire con i ragazzi, mangiucchiando qualche patatina; io, generalmente, cerco di avvicinare i singoli a livello personale, ascoltando, condividendo, incoraggiando, asciugando qualche lacrima e regalando qualche carezza. Il pranzo viene con-

sumato con il parroco e alcune volte anche con altri presbiteri presenti in canonica, per motivi di studio e collaborazione pastorale, provenienti da altri Paesi europei o africani. È sempre un momento molto bello, arricchente, di gioia condivisa.

Avere cura della spiritualità di una comunità per me, prima di tutto, significa impegnarmi a fondo nella preghiera per ognuno dei suoi membri

In seguito inizia l'incontro vero e proprio cantando. Presento il tema del giorno cercando di far intervenire i presenti il più possibile; cerchiamo di mettere in comune riflessioni, notizie degli assenti, di far conoscere avvenimenti importanti del movimento italiano conosciuti attraverso *Ombre e Luci*, della diocesi e corrispondere a qualche intervento richiesto. Sono abbonata alla lettera internazionale di *Fede e Luce*, *Hisse et Ho!* e quindi si comunica quello che sembra più importante a seconda del tempo e della situazione concreta del momento. In genere si finisce con la preghiera di *Fede e Luce*, con il canto *La comunità*, un'invocazione a Maria; si consuma una buona merenda e, dopo saluti e baci, si riparte con la gioia di aver vissuto una giornata di grande fraternità di vicendevolmente incoraggiati. **OL**

Trascendere i limiti per abbracciare ogni limite

Da quel pomeriggio con Mariangela

di suor Maria Ilaria Di Bernardo

In quel pomeriggio, Mariangela Bertolini raccontava la sua esperienza di mamma di Chicca, che era nata affetta da una grave disabilità, e di come la sua vita di donna, sposa e madre era stata rimodellata da questo evento. Fondatrice di *Fede e Luce* in Italia, condivideva con noi lo stupore per la fecondità di vita di questa grande famiglia. Ero stata invitata a una formazione a in via Cola di Rienzo, più di vent'anni fa. Le sue parole mi avevano portato a contatto con le profondità della mia coscienza, come solo sa fare la verità, come quando traspare all'improvviso che tutta la nostra vita è tessuta nel mistero pasquale. Durante la pausa mi avvicinai a Mariangela e le confessai con dolore: «Sa... ho 21 anni, sono tornata a frequentare la Chiesa da circa un anno e sto vivendo con gioia la bellezza di appartenere a *Fede e Luce*. Amo i "ragazzi", ma ho anche paura... se sapessi di portare in grembo un figlio con disabilità, forse abortirei». Lei mi guardò con amore e mi disse: «La

disabilità non è una cosa buona, non è desiderabile. Comprendo il tuo pensiero e se accadesse ciò che dici, non potrei giudicarti. Ti chiedo solo una cosa. Ricordati, se mai accadesse e non ce la fai... se tu volessi comunque farlo nascere... se vuoi, lo prenderò io». Le sue parole mi trafissero.

La Parola di Dio è viva ed efficace, è Parola creatrice che plasma, guarisce ed è certamente tale anche quando s'incarna nella vita di una persona. La testimonianza di Mariangela accese in me la consapevolezza che Dio può dilatare il cuore umano a una misura d'amore che supera i limiti creaturali, e allora ho desiderato trascendere questi limiti all'amore, proprio per accogliere e abbracciare ogni limite umano. Per il medesimo desiderio, due anni prima, in una corsia di ospedale al capezzale di mia nonna malata, era sbocciata la mia vocazione a essere medico. Il movimento interiore verso l'Amore si è alimentato d'innomerevoli testimonianze e parole pronunciate con la vita dei miei amici di *Fede e Luce*: ogni ragazzo,

genitore e amico «è stato per me fratello, sorella e madre», come direbbe Gesù, oggi mio sposo.

Durante il mio noviziato in monastero, mi fu chiesto di raccontare la storia della mia chiamata a un gruppo numeroso riunito nel nostro santuario. Quando parlo del mio ritorno alla fede, non posso prescindere dall'esperienza di Dio e di comunione fatta a *Fede e Luce*. Avevo proprio bisogno dei “ragazzi”,

Come le onde concentriche, il movimento provocato da Fede e Luce si è allargato a molti altri incontri ed esperienze dentro le quali mi si è rivelato il misterioso disegno della mia vocazione agostiniana

del loro affetto, degli abbracci, dell'accoglienza, delle risate e delle lacrime, della loro amicizia. Non riuscivo a credere in un Dio astratto, dovevo toccarlo, lasciarmi toccare ed essere guarita. La radicalità dell'Amore che mi chiama a sé, mi porta a esprimere con profonda gratitudine che i “ragazzi” mi hanno salvata, che senza *Fede e Luce* forse

non sarei, che sono stati per me come una mamma, poiché mi hanno fatto rinascere alla vita nuova, nella tenerezza e nella reciprocità dell'amicizia. Con un certo senso di vertigine, raccontavo alle persone che mi ascoltavano di come tanta grazia e gioia fossero entrate nella mia vita per mezzo di creature molto fragili agli occhi del mondo, se non quando considerate anche inutili e senza senso, per i limiti della loro esistenza.

Come le onde concentriche generate da un sassolino gettato in uno specchio d'acqua, il movimento provocato da *Fede e Luce* si è allargato a molti altri incontri ed esperienze dentro le quali mi si è rivelato il misterioso disegno della mia particolare vocazione alla vita monastica agostiniana. Agostino concepiva il monaco come l'uomo che cerca Dio insieme ai fratelli, secondo la parola ispiratrice dagli atti degli apostoli «La moltitudine di coloro che erano venuti alla fede aveva un cuor solo e un'anima sola»: monaco da monos, inteso come colui che in Dio è reso uno con i suoi fratelli. Nel quotidiano laboratorio di carità, fede e speranza che è la comunità monastica, la vita si fa preghiera di lode e intercessione, di offerta e comunione con ogni uomo sulla terra. Da qui il cuore continua a essere dilatato per imparare ad accogliere ogni fragilità come un terreno sacro di grazia, misericordia e risurrezione. Anche in monastero riconosco il profumo di *Fede e Luce*, e la comunità come il luogo della

festa e del perdono. «Canti per noi il canto della Comunità?». Dalle prime esperienze fino a oggi, capita che le mie consorelle (sia anziane che giovani) mi chiedano di animare una ricreazione o un incontro con i laici con il canto di *Fede e Luce*. Cerco di schermirmi invano e poi cedo alla richiesta, ridendo in cuor mio nel considerare come *Fede e Luce* mi resti attaccata addosso.

clausura!), quanto grande è il desiderio di essere spiritualmente vicina a ciascuno. Durante una recente degenza di Pablo in ospedale, il nostro amico Antonio che spesso andava a trovarlo, ci ha fatto il regalo di poter comunicare al telefono, ma le parole non ci bastavano... Allora ho cominciato a cantare *Piccolo mio* e poi *Un milione di amici*: sentire la voce di Pablo che si unisce al canto



Nonostante la distanza fisica e la sobrietà di comunicazioni che caratterizza la nostra forma di vita, non cesso di meravigliarmi della fedeltà e dell'affetto dei miei amici. L'immediata e profonda intimità che sperimento a ogni loro visita o telefonata mi conferma che anche da lontano continuiamo a camminare insieme, come pure la gioiosa accoglienza tra loro e le mie Sorelle è il segno di una famiglia che si è allargata.

Tanto è ancora e sempre dolce riposare nell'abbraccio di Carlo (non abbiamo le grate per segnalare la

è veramente un dono del Cielo. Il Cielo, l'eternità... quel desiderio di pienezza di vita e comunione che portiamo scritto nel cuore, si manifesta nelle umili pieghe delle nostre giornate e ci innamora, se riconosciamo e accogliamo i suoi inviti. Un ricordo mi rimane nel cuore, luminoso e vivo come una promessa... Campo estivo a Passoscuro, si faceva il bagno al mare tutti insieme, anche Pablo e Carlo erano leggeri nell'acqua. Si ride, si gioca, si forma liberamente un girotondo e si canta. Intuisco che se già ora,

nell'amore reciproco, la fatica, il dolore e la fragilità sono accolti, sollevati e consolati, di quale e quanta imperturbabile bellezza sarà la comunione del Paradiso.

Già ora è possibile contemplare le tracce di questa bellezza. Nel commento al salmo 44, Agostino scrive: «Gesù Cristo è bello in cielo, bello in terra; bello nel seno, bello nelle braccia dei genitori; bello nei miracoli, bello nei supplizi; bello nell'invitare alla vita, bello nel non curarsi della morte, bello nell'abbandonare la vita e bello nel riprenderla; bello nella croce, bello nel sepolcro, bello nel cielo». Racconta Rita che a Pablo bambino, interrogato dal sacerdote che doveva verificare se avesse cognizione di fede per ricevere la prima comunione, fu chiesto: «Sai chi è Gesù?» e Pablo rispose: «Sì, sono io!».

«Ti rendo lode o Padre, Signore del cielo e della terra, perché hai nascosto queste cose ai sapienti e agli intelligenti, e le hai rivelate ai piccoli» (*Matteo* 11, 25). Immagino Pablo, come tante volte, che gongola soddisfatto e mi domanda: «So' bello io? Ri-dillo! Ri-dillo!». Sì, Pablo, sei bello. Sì, Carlo, Eleonora, Franco, Luana, Maria Laura, Luciano, Teresa, Mario, Marco, Marina, Paolo, Simona, Emilia, Roberta... siete bellissimi, e io vi ringrazio con tutta la mia vita per avermi fatto innamorare dell'Eterna Bellezza di Dio. **OL**

FOCUS SORELLE TUTTE

Anelli di incontri

Tra Cottolengo e Girasoli

di suor Elena Bernasconi

Ci sono incontri nella vita che non programmi, che semplicemente accadono, ti travolgono senza farti percepire la portata che avranno sul domani. Solo dopo anni, guardando indietro ci si trova a riconoscere proprio lì quel bivio in cui la vita ha preso la direzione che ci conduce a essere quel che si è oggi. La bellezza di questi incontri sta nel fatto che non si esauriscono in se stessi, ne portano altri e altri ancora, sono il primo anello di una catena che dà un senso nuovo alla vita.

Il mio incontro ha un giorno e un luogo: 27 dicembre 2000, Piccola Casa della Divina Provvidenza (ovvero Cottolengo) di Firenze. Soprattutto però ha dei nomi e dei volti, delle mani e dei sorrisi che mi hanno accolta con semplicità disarmante, conducendomi a quello che è stato il Capodanno più bello e speciale della mia vita.

Ancora non lo sapevo, ma quello non fu solo l'inizio di un nuovo anno: fu l'inizio di un'avventura ancora in corso. È passato tan-

to tempo, ma ricordo bene e con gratitudine quello che mi portai via da quei pochi giorni: era arrivata a Firenze una giovane universitaria molto sicura di sé, abituata a dimostrare il suo valore e le sue capacità in ogni occasione, convinta che la felicità bisognasse guadagnarsela e darsi da fare per raggiungerla. Ma in quella Piccola Casa la giovane scopri presto che a nessuno interessava quanto fosse intelligente e capace, non contavano le sue doti

**Io, Elena,
uscii da quella
Piccola Casa
ricca
di un'emozione
mai provata
prima**

sportive e la sua brillante parlantina su qualunque argomento: lì ciascuno era accolto e amato semplicemente per quello che era nella sua unicità, pur fragile e limitata. In poche parole io, Elena, uscii da quella Piccola Casa ricca di un'emozione mai provata prima: pur scoprendomi imbranata e incapace di rispondere alle richieste più semplici di quelle persone – un bicchier d'acqua, un aiuto per spostarsi dal letto alla carrozzina, il capire su che canale mettere per vedere il programma preferito – sperimentai un affetto e un'accoglienza mai pro-

vati, semplicemente fermandomi lì accanto a loro.

Quell'incontro si portò con sé altri incontri, e prima di tutto si rivelò essere l'Incontro per me con Colui che si è fatto piccolo e fragile per entrare nella nostra storia e salvarci. Attraverso i piccoli di Firenze il Signore Gesù entrò nella mia storia, mi regalò quella felicità che mai avrei potuto darmi da sola, ed eccomi oggi felice suora di San



**Suor Elena con le coinquiline
dell'appartamento / *Girasoli***

Giuseppe B. Cottolengo, il santo della carità che a inizio Ottocento fondò a Torino una grande opera per accogliere, dare casa e famiglia a chi casa e famiglia non aveva. Dal allora il Cottolengo è cresciuto ed è cambiato, ma continua a rispondere, come può, al grido dei poveri che non smette di risuonare da ogni parte del mondo.

Oggi vivo il mio quotidiano dividendomi tra l'impegno in un ufficio amministrativo a servizio dell'opera cottolenghina in Italia e una

famiglia allargata con persone con lieve disabilità in un appartamento a Torino Sud; si tratta di un servizio in autonomia (tipo gruppo-appartamento), *I Girasoli*: viviamo in otto, prendendoci cura le une delle altre, ciascuna con i suoi doni e i suoi limiti: chi cucina, chi fa il bucato, chi la spesa, non mancano le feste, le visite degli amici, gite e vacanze insieme. Ciascuna ha una sua partecipare attività o lavoro fuori casa.

**Troppo spesso
cadiamo nel rischio
di dover fare
qualcosa per l'altro,
tanto fare
e poco essere,
invece più
di ogni altra cosa
è importante
fermarsi, e guardare
negli occhi l'altro**

Il Cottolengo è conosciuto ai più per le grandi strutture, l'ospedale e le rsa, ma è anche altro. Come la piccola realtà in cui ho il privilegio di vivere nella semplicità e nella gioia, esperienza molto in sintonia con quello che ho avuto modo di respirare frequentando gli incontri di *Fede e Luce* con la mia famiglia.

Anche la scoperta di *Fede e Luce* la ritengo una tra quegli incontri speciali di cui vi ho parlato all'inizio. Grazie a un amico, una partita di

bocce e una pizza mi sono trovata catapultata in un mondo che non conoscevo, ma che in un attimo ha avuto il sapore e i colori di casa. Chissà cosa avrebbe detto il Cottolengo – mi sono spesso chiesta – delle comunità dell'*Arca* e di *Fede e Luce*? Penso che avrebbe partecipato attivamente, e invitato i suoi figli a fare lo stesso... Vedo un filo rosso tirato da Qualcuno lassù che ci lega profondamente, una sintonia che penso si possa riassumere in queste parole donate alla famiglia cottolenghina da Giovanni Paolo II in visita alla Piccola Casa nel 1980: «L'amore è la spiegazione di tutto. Un amore che si apre all'altro nella sua individualità irripetibile e gli dice la parola decisiva: "Voglio che tu ci sia"».

C'è un aspetto, un piccolo tassellino prezioso che ho scoperto frequentando *Fede e Luce*, e che è andato ad arricchire il mio essere madre e sorella nella famiglia che oggi il Signore mi ha donato: quello che in gergo fedelucino chiamiamo «il Quarto tempo». Troppo spesso cadiamo nel rischio di dover fare qualcosa per l'altro, soprattutto quando gli altri sono più di uno, i bisogni sono tanti e le energie migliori vanno in organizzazione, programmi, attività. Tanto fare e poco essere, ma ancor di più poca attenzione all'unicità e alla preziosità di ciascuno. Grazie *Fede e Luce* per il dono di questo tassellino prezioso a vigilare sul mio vivere quotidiano, che spesso mi ricorda che più di ogni altra cosa è importante fermarsi, anche in silenzio e guardare negli occhi l'altro. **OL**

Questo Natale **sostieni Ombre e Luci**
rinnovando il tuo contributo
o regalando un anno della rivista
a un amico

Per continuare a raccontare la disabilità e la fragilità
con testimonianze, riflessioni e un nuovo sguardo;
il tuo aiuto rimane essenziale



Il racconto di Natale per mio figlio

Quel che una famiglia ci ha insegnato

di Giulia Galeotti (da *Ombre e Luci* n. 141, 2018)

È la vigilia di Natale, poco prima di pranzo. A un certo punto, per controllare l'ora, guardo il cellulare: l'icona di whatsapp ha un numero altissimo di messaggi non letti. Eppure non ho sentito alcuna vibrazione... Controllo, e realizzo che a essere bollente è la chat (silenziosa) della mia comunità di *Fede e Luce*. La mamma di un ragazzo è ricoverata in ospedale; è molto grave. Parte di tantam: chi può farsi carico di lui? Chi può accoglierlo il 24 e il 25 dicembre, in attesa che la persona che a volte se ne occupa torni a lavorare?

In molti ci dichiariamo pronti a offrire dei soldi, ma il badante non intende rinunciare al Natale con la sua famiglia. In molti ce la prendiamo con gli altri familiari del ragazzo, assenti perché non sanno o fingono di non sapere. In molti ci auto-assolviamo perché abbiamo-i-figli-piccoli; perché ospitiamo-mille-parenti-in-casa; perché nelle-nostre-famiglie-ci-sono-situazioni-difficili-di-cui-cerchiamo-di-farci-carico. Qualcuno di noi potrebbe per qualche ora... Ma, di fatto, la nostra comunità non può risolvere il problema del ragazzo (e,

in più, non si è accorta delle precarie condizioni della madre).

Questo però non vuole essere il racconto di una colpa personale o collettiva. Questa è una storia vera che ci insegna come sia possibile essere persone migliori.

Perché dopo qualche ora di frenetico annaspamento, è arrivato il messaggio. La famiglia Pescosolido – Stefano, Monika e i due figli, Filippo e Domenico (famiglia che, per la cronaca, non fa parte della nostra comunità di *Fede e Luce*) – avrebbe accolto il ragazzo fino al pomeriggio del giorno di Natale. Il pomeriggio del 24... la cena della vigilia... la notte dei regali... il pranzo di Natale...

È stato grande il sollievo di sapere il “nostro” ragazzo al caldo, accolto e amato. Ma soprattutto è stata enorme la mia gratitudine di genitore: ora potevo raccontare a mio figlio che se sua madre non era stata disponibile ad aprire le porte della nostra casa a chi bussava nella notte, invece un uomo, una donna e due bambini lo erano stati. Perché sua madre aveva fallito, ma la famiglia Pescosolido aveva insegnato a tutti che davvero si può essere persone migliori. **OL**

La casa in campagna

di Efrem Sardella

Efrem in questo periodo è un po' malinconico – sarà l'autunno. Ha lasciato da poche settimane la casa di campagna in cui ha trascorso l'estate. È lì che riaffiorano in lui tanti ricordi.

Quando eravamo più piccoli stavano i nonni simpatici e c'erano i cugini e le cugine e noi piccoli che giocavamo in campagna nel giardino di zia Ezia. Stavano la mamma, la zia Ida e il mio cugino Giovanni grande e anche Manuela piccola e anche la nonna Rosa. Quante coccole che mi facevano! Nel giardino di zia Ezia c'erano tanti fiori e alberi e il muschio che si metteva nel presepio e c'erano gli alberi di mandorli e c'era un albero rotto. C'era Manuela, Rosa e me, Efrem: come ci siamo divertiti! Poi c'era il nonno Angelo: come ci voleva bene! Era bello. C'era anche il nostro papà e c'era tanta gente in campagna: Giovanni grande, Angelo piccolo, Rosa e Mariafranca e anche zio Tonio e anche zia Anto-

nietta e me, Efrem, con la mamma e il cane di zio Costantino e zia Emilia. Quando siamo cresciuti in campagna c'era tanta gente. Adesso non mi piace più perché mi ricordo la mia infanzia in campagna. Stavano tante persone buone, venivano a casa nostra a festeggiare i compleanni di noi piccoli. A Pasquetta stavamo a mangiare seduti su un baule. Io non davo nessun fastidio a

nessuno e poi quando veniva il giorno della mia nascita, il 29 luglio 1975, era il mio compleanno e io festeggiavo con tutti e c'era la nonna Nina che era la mamma di mia madre. Mia madre mi ha comprato la torta con la panna che mi piaceva e ora non mi piace più. Quando soffiavo mi battevano le mani: come mi volevano bene!

Quanti cugini e adesso siamo adulti e grandi. Quando arrivava Natale a casa di zia Antonietta e zio Tonio veniva zio Costantino e suonava il fischietto: c'eravamo tutti e non aspettavamo nessuno. **OL**



Leggi tutti i Diari di Ombre e Luci su ombreeluci.it/i-diari-di-ombre-e-luci

Verso una pace duratura

Quando un disegno guida il cammino

di Stefano Guarino

Credo profondamente che le luci e le ombre, ovvero quelle difficoltà che sono insite nelle fragilità fisiche, psichiche e interiori, appartengono a tutti noi: bambini, ragazzi, amici, genitori, adulti... chiunque, nessuno escluso!

Quando ero tredicenne, nella mia parrocchia di San Gioacchino ai Prati di Castello a Roma, iniziai a frequentare *Fede e Luce*. Da subito sperimentai che la conoscenza, la comunicazione e la condivisione delle esperienze e dei vissuti tra ogni persona era possibile e che era una fonte di ricchezza per l'animo umano. Ma è anche attraverso il bollettino ciclostilato in proprio, chiamato *Insieme*, creato da su-

bito all'interno dell'associazione (1973) che si è iniziato a far conoscere e a diffondere questo stile di vita, rompendo piano piano quelle barriere ritenute allora insormontabili per raggiungere ogni persona e comunicare che l'incontro è possibile sempre, ovunque.

Ma è qui, in questo stile di vita, che le famiglie hanno potuto scoprire nel loro cammino di vita che oltre alle ombre che

si sono abbattute nelle loro vite, una luce c'è, è possibile vederla, che una trasformazione c'è, nel modo interiore di essere, di vivere, di rapportarsi al mondo. Certo è che queste om-

bre, per chi le ha vissute con sofferenza e consapevolezza in un non facile processo di trasforma-



zione interiore, abbiano intensificato la sensibilità, l'accoglienza e l'ascolto dell'altro. Tutto questo ha aperto anche il cuore di chi si è inizialmente avvicinato, come me, per fare del volontariato che si è invece trasformato presto in un rapporto di profonda amicizia.

Questa visione completamente diversa della vita fa entrare nella consapevolezza che nessuno è perfetto, tutti abbiamo le nostre luci e le nostre ombre, ingredienti fondamentali per costruire giorno dopo giorno un'esperienza di accoglienza e di condivisione dove tutti siamo in viaggio e nella stessa barca.

Diveniva allora ancora più chiaro cosa significasse quel simbolo stampato su una spilletta e che rappresentava simbolicamente *Fede e Luce*: il mare, una barca con delle persone a bordo, le nuvole, il sereno e il sole.

Ho trovato una chiave di lettura ben più ampia dello stare nella stessa barca nel rapporto di reciproco aiuto, dove ognuno ha bisogno del sostegno e dell'attenzione dell'altro, dove tutti noi portiamo ferite e fragilità e dove ognuno ha il suo posto e il pieno rispetto dell'altro; e quelle nuvole, raffigurate in apparente contrasto con il sole, sono l'indicazione che dopo il buio c'è il sereno e che quel sole che illumina tutta la barca e le persone a

bordo, non solo riscalda, ma crea altrettante ombre!

Le ombre e le luci, nelle forme più svariate, esistono e sono ben evidenti in ogni essere umano, in ogni persona che sale e prende posto su quella barca... Focalizzare quella attenzione per ciascuno e per me stesso, è stata per me una rivoluzione copernicana! Queste ombre non mi fanno più paura: l'altro così ferito nella mente e nel corpo, anche nel suo silenzio porta luce nel mio essere, aiutandomi a scoprire me stesso, le mie fragilità e piano piano a fare pace con esse.

**Con tutta
questa energia
a bordo,
le ombre
non possono
fare paura**

Una rivista come *Ombre e Luci* mi ispira una speranza per il nostro mondo, una missione nel riuscire a comprendere l'altro chiunque esso sia, ad amarlo per quello che è; a trovare percorsi di relazioni e, nell'incontro, l'amicizia, il dialogo, il sostegno e la cooperazione nella solidarietà, verso una pace duratura. **OL**

Quel che l'etichetta racconta

La fondazione *La Comune* di Milano

Tempo fa ci è arrivata in regalo una bottiglia di un buon vino. L'etichetta ci ha incuriosito e il racconto di chi ha contribuito a imbottigliarlo ancor di più.

di Valentina Mari

La storia della fondazione *La Comune* a Milano comincia con alcuni appartamenti per persone con disabilità voluti per realizzare progetti di vita indipendente, quando si sono rivolte a noi alcune famiglie che già si conoscevano tra loro: volevano che i figli avessero una loro casa in un contesto protetto, una qualità di vita soddisfacente, anche nella relazionalità, ed autodeterminata, come in una comunità classica non sarebbe stato altrettanto possibile fare. Nei tre appartamenti attuali abitano nove persone, dai 30 ai 40 anni, in affitto agevolato. Noi forniamo il supporto educativo verso l'autodeterminazione, non ci occupiamo della gestione della casa che rimane in mano alle persone con disabilità, ovviamente supportate dove ci sia bisogno. I residenti lavorano, riescono a metterci del loro e, grazie ai finanziamenti della legge 112 per la vita indipendente, riusciamo a coprire i costi.



Uno degli appartamenti in co-housing

L'idea dell'imbottigliamento è un progetto degli inizi, a cui siamo molto affezionati. Alcune aziende agricole amiche dell'Oltre Po pavese avevano offerto la possibilità di farci imbottigliare il loro vino. Volevamo che i giovani inquilini trovassero una collocazione lavorativa vera e propria, ma il periodo di covid impose altro. Questo progetto rappresentava, in quel frangente, un modo concreto e definito per far comprendere ai nostri ragazzi, fino a quel momento impegnati in attività secondarie un po' fini a se stesse, cosa volesse dire prendersi la responsabilità di qualcosa. Il vino,

le bottiglie, le etichette, i tappi: bisognava occuparsi di tutti i passaggi, fatti da ciascuno, dall'inizio alla fine. Con la soddisfazione di un prodotto finito in mano che compensasse la fatica, bello e che piacesse anche agli altri. Per ogni bottiglia, inizialmente, un euro andava ai ragazzi. All'aumentare delle quantità lavorate, le bottiglie sono divenute parte di una campagna di raccolta fondi per gli appartamenti, a sostegno dei nostri progetti per la vita indipendente: arriviamo a 500 bottiglie ad ottobre e 500 ad aprile. Nel tempo, inoltre, abbiamo aperto un ramo di impresa nel verde da cui, in seguito, sono nati due negozi



L'imbottigliamento del vino

di piante e fiori, poi un terreno di coltivazione vivaistica. Ci sono giovani in tirocinio e persone assunte a tutti gli effetti; tre di loro sono tra i residenti degli ap-

partamenti. In questi undici anni di vita, per alcuni il settimo, non abbiamo fatto progetti a termine o sperimentazioni: per ognuno dei residenti si potranno prevedere evoluzioni, nuove riflessioni o necessità, come un appartamento più piccolo, ma nessuno tornerà indietro.

Per questo la relazione con le famiglie è decisiva: a volte capita che, nonostante vogliano un percorso di crescita per i loro figli, per i genitori non sia sempre scontato realizzarlo. Gli scatti di autonomia dei figli possono provocare, a livello inconscio, reazioni di frenata: non si riescono ad accettare sempre le decisioni dei figli come quelle, ad esempio sulla gestione del tempo. «Mio figlio ha il sabato libero, cosa gli faccio fare?». Ma non serve «tenerlo occupato», lavora nella settimana e il sabato riposa come gli altri. Sono dinamiche usuali e per questo motivo abbiamo avviato il terzo anno di un cammino di supporto psicologico alle famiglie, per lavorare su binari paralleli ed evitare messaggi contrastanti. L'imbottigliamento del vino, allargato alle stesse famiglie, è divenuto un appuntamento fisso in due momenti dell'anno, per il rosso e per il bianco: un'occasione di stare insieme in modo diverso, ognuno con le sue competenze ed esperienze. E gioire insieme dei traguardi raggiunti. **OL**

Per una giusta rappresentazione

Dal festival di San Sebastián, come rendere più inclusiva l'industria del cinema?

di Claudio Cinus

Tabakalera è un centro di arte contemporanea di San Sebastián che si trova all'interno di una ex manifattura tabacchi ristrutturata. È la sede dove si tengono le conversazioni del Festival del Cinema di San Sebastián (SSIFF), in cui si affrontano varie questioni che riguardano l'industria del cinema. La conversazione dal titolo *Diversità e inclusione dentro e fuori lo schermo* è stata l'occasione per riflettere sul tema della corretta rappresentatività delle disabilità nel cinema, e più in generale del contributo delle persone con disabilità alla realizzazione dei film.

A condurre l'incontro è stata Clare Baines, che lavora per il British Film Institute da quando, qualche anno fa, fu creato il ruolo di Disability Equality Lead (responsabile per l'uguaglianza delle persone con disabilità). Anche la prima relatrice, l'attivista Shani Dhanda, è inglese di seconda generazione. Nel suo intervento ha espresso alcuni concetti fondamentali: la disabilità non è una condizione ma un'esperienza che si verifica quando

vengono create barriere o ci si trova di fronte a pregiudizi; è opportuno passare da un modello medico (cioè quando si cerca di fornire cure) a un modello sociale (bisogna cambiare invece l'ambiente che crea barriere e disuguaglianze); la disabilità può riguardare chiunque, anche in forma temporanea, perciò ogni cambiamento riguarda tutti; l'equità di trattamento andrebbe sostituita con l'eliminazione di tutto ciò che crea iniquità.

Se l'ideale cui aspirare è un mondo che non crei più disuguaglianze, perché non immaginare un cinema che ne sia uno specchio, anziché limitare la rappresentazione delle disabilità com'è accaduto fino a oggi? Un ottimo modo di farlo è coinvolgere le persone con disabilità nell'industria del cinema. Durante il suo intervento il secondo relatore, il regista e produttore Justin Edgar, ha mostrato i dietro le quinte di alcuni dei film da lui prodotti.

Per aumentare la credibilità delle storie, è opportuno coinvolgere chi ha esperienza diretta della disabilità anche nel lavoro dietro la macchina

da presa, anche quando ciò aumenta i costi di produzione: nel Regno Unito ci sono finanziamenti appositi, perché si è capito che una più autentica rappresentatività nei prodotti audiovisivi è impossibile senza un maggiore coinvolgimento degli interessati. Edgar ha riconosciuto che oggi non sarebbe più accettabile che un attore senza disabilità interpreti una persona fragile, come accadde nel 2010 in un suo film, dove Andy Serkis recitava nel ruolo del cantante con disabilità Ian Dury.

segnare a due attori come imitarlo. Si nota un efficace ribaltamento: non attori che imitano la disabilità altrui attraverso l'osservazione, ma una persona che spiega la sua disabilità e come riprodurla.

Partendo da questo spunto, Luis ha diretto il suo primo lungometraggio *Simón de la montaña* il cui protagonista è uno dei due attori del corto, Lorenzo Ferro. Qui interpreta Simón, un ragazzo che chiede lezioni a Pehuén per ottenere un certificato di disabilità. Perché Simón si com-



Una scena del film "Cómo ser Pehuén Pedre" (2024) di Federico Luis e Pehuén Pedre

Su questi stessi temi, è interessante dire qualcosa sui film provocatori del giovane regista argentino Federico Luis presentati a San Sebastián. Quando era un assistente in una scuola di recitazione per persone con disabilità, conobbe l'aspirante attore Pehuén Pedre e ne divenne amico (anche durante il festival, li abbiamo visti spesso assieme). Nel cortometraggio *Cómo ser Pehuén Pedre*, scritto da entrambi, Pedre ha provato a in-

porti così, non è chiaro: l'immersione totale nel ruolo, però, lo fa accettare dai ragazzi con disabilità che aveva iniziato a frequentare e fanno la verità. Grazie a lui, osserviamo dall'interno le loro vite di adolescenti e capiamo quanto siano assolutamente comuni, e quanto lo siano le loro famiglie. Simón abbate le barriere con il suo comportamento: è una provocazione di alto livello concettuale sulla corretta rappresentazione cinematografica delle disabilità. **OL**



2024

VOICE

8 EPISODI DA 20'

RAI PLAY SOUND

DA ASCOLTARE

GIANPIERO KESTEN

Avanti veloce - Viaggio nell'ADHD

Quando i casi di diagnosi ADHD (disturbo da deficit dell'attenzione/iperattività) cominciarono a diffondersi, si faceva una gran fatica ad accettare che non fosse colpa dei tempi moderni: pigrizia, immaturità, maleducazione erano le categorie preferite per inquadrare il bambino che lo manifestava. Sono cambiate le cose? In parte certamente sì ma la tentazione latente a "giudicare" certe situazioni rimane presente. E i sensi di colpa dei protagonisti pure. Un podcast come quello prodotto da Voice per Rai Play Sound e realizzato da Gianpiero Kesten può aiutare molto ad orientarsi in questa condizione neurodivergente che riguarda bambini e adulti: otto puntate di circa 20' ciascuna nelle quali Kesten, a partire da un dubbio personale sorto mentre partecipava ad un seminario formativo, comincia un viaggio alla scoperta del suo ADHD e approfondisce il tema con esperti e pazienti. Un viaggio la cui condivisione non può che aiutare chi è ADHD ma anche chi gli vive accanto. – **C.T.**



2024

EDITRICE
CONSUMATORI

112 PP

7,50€

PER I PIÙ PICCOLI

BEATRICE TASSONE E MARCO MADOGGIO

Essere Bea

Beatrice Tassone è una giovanissima ragazza autistica con la passione per il Giappone. Con la cura di Silvia Amodio e la sceneggiatura di Marco Madoglio, ha realizzato un fumetto – inevitabilmente in stile manga – che parla in primo luogo della sua vita, delle discriminazioni a scuola per il suo albinismo e delle crisi in alcuni ostacoli quotidiani. *Essere Bea* però è anche un progetto nato dall'iniziativa di Coop Lombardia, già molto sensibile al tema dell'autismo con i suoi supermercati *autism friendly*, in collaborazione con PizzAut, il ristorante dove Beatrice lavora insieme ad altri colleghi con disabilità. L'intento, riuscitissimo, del suo breve manga è di proporre un'immagine non stereotipata dell'autismo e di raccontare alcune esperienze virtuose sul territorio, a conferma che un approccio più inclusivo nella società è possibile. – **M.C.**



2024

IL MULINO

160 PP

15€

GIULIA GALEOTTI **Storia dell'aborto**

Per noi ragazze degli anni Settanta, quelle delle gonne a fiori sempre in lotta per i diritti, le manifestazioni per la legalizzazione dell'aborto erano diverse da tutte le altre. Eravamo solo noi, con i compagni per una volta ai margini: chi prendeva la parola testimoniava storie tragiche, taciute, ma comuni a tutte. C'era uno stupore che dava quasi smarrimento nel capire l'universalità di quelle problematiche, ma anche tanti dubbi. Per questo il bel testo di Giulia Galeotti dipana i cambiamenti attraverso il tempo di una questione, l'aborto, che inizialmente era solo faccenda da donne (come gravidanza e parto), ma che poi è diventato un fatto etico-politico e tanto altro. Saranno le ricerche embriologiche di Sei-Settecento e la Rivoluzione francese a far crescere un investimento biopolitico sulle nascite, e quanto le circonda; solo da metà Novecento la donna diventa il termine privilegiato, grazie a due novità: «Il nuovo modo di fare la guerra e il suffragio finalmente universale». Anche la Chiesa, scrive Galeotti, «si avvia forse a compiere un passo importante» con la causa di Dorothy Day, «donna dalla vita avventurosa, scomoda, difficile e di un'attualità sconcertante»; se «verrà davvero canonizzata, si tratterebbe della prima santa a essersi sottoposta a un aborto»: non un cambiamento dottrinale, «ma un riconoscimento importante della complessità femminile». Con lucidità, il libro ripercorre quanto è stato faticosamente fatto e discusso, illustrando evoluzioni e involuzioni, anche del costume. Sempre nella consapevolezza che «come per tutte le cose che chiamano in causa la vita e la morte, anche intorno all'aborto il dibattito è destinato a non sopirsi mai». – **N.B.**



2023

ADELPHI

156 PP

18€

HAN KANG **L'ora di greco**

Ha al centro la disabilità *L'ora di greco* della premio Nobel per la letteratura 2024: racconta il legame tra una donna muta e un uomo non-vedente. Siamo a Seoul: lei ha perso la parola per un trauma, lui sta scivolando nella cecità a causa di una malattia. Caldo e solitudine sono atroci, ma una brezza di vita può essere ritrovata. A patto di cercarla insieme, ci sussurra Kang nella sua prosa quasi lirica. – **G.G.**



Come me, anche la sposa era vestita di bianco

di Benedetta Mattei

Ho fatto la damigella d'onore al matrimonio di Lorenza. Io sono stata molto contenta. Eravamo tre. Il mio vestito era bellissimo, bianco. Lo hanno detto tutti. Era molto lungo ma poi Bruna la sarta lo ha tagliato. Anche Lorenza aveva il vestito bianco. Io dovevo portare anche un fiore bianco in mano. Mi sono molto divertita. Soprattutto perché ero la damigella. Lorenza è stata la mia educatrice tanto tempo. Mi vuole bene e io voglio tanto bene a Lorenza. Con lei sono stata sempre bene. Il marito si chiama Marco e mi sta simpatico, pure i genitori e i fratelli e le sorelle. Dopo la messa siamo andati a mangiare al ristorante che però era molto lontano, al lago di Bracciano. Ho mangiato tanto e bene. Mi sono divertita perché ho parlato con tutti e poi ho ballato tanto. Mi sono molto arrabbiata alla fine perché siamo andati via quando ancora ballavano. Ma io volevo restare. A casa sono rientrata alle 2 di notte. Ma non ero per niente stanca. Perché io mi stanco se non mi diverto. Ma lì alla festa del matrimonio io mi divertivo... eccome se mi divertivo!

Il giorno dopo sono andata anche alla cresima di Arianna e Vittoria, però stavolta era vicino casa. Alla messa ho cantato perché i canti erano quelli che io faccio la domenica a messa in parrocchia a mezzogiorno con il mio coro. Quando è arrivato il vescovo, che si chiama Flavio, mi ha subito salutato prima della messa. Poi quando è entrato con la processione mi ha salutato un'altra volta. Dopo la messa siamo andati a mangiare al ristorante e pure stavolta ho mangiato proprio bene e tanto. Soprattutto la torta era molto buona e ho chiesto di avere altre fette. Ma secondo me la festa è finita troppo presto, anche se non si ballava. Io volevo restare di più ma se ne sono andati tutti perché era tardi. Non volevo proprio tornare a casa perché a me le feste piacciono tanto perché c'è tanta gente e si può parlare e ridere insieme. Qualche giorno prima ero anche andata a una festa in discoteca. Bello perché c'erano tante persone che io conosco però ho bevuto la Fanta che non mi piace. Meglio l'acqua naturale. **OL**



E le ferie?

di Giovanni Grossi

Quando arrivano le ferie? Adesso siamo nel mese di novembre, io lavoro cinque giorni la settimana, poi io sono in attesa che l'oroscopo parli bene del mio segno. Io sono abituato a prendere autobus e metropolitana, la cosa bella è tornare a casa, e vedere se ci sono foto postate, e chi mi pensa. Il giorno del compleanno è passato, sono cresciuto, non mi cambia nulla! Ma la cosa che più mi piace è andare al mare e vedere le onde, per andare là io percorro tanti chilometri fino al capolinea

e poi, una volta sceso dal treno io sono felice, ma non mi piace la solitudine, e poi quando finisce il periodo, finisce in fretta, è più il tempo del lavoro che dello svago, mi piace sapere che le ragazze ci sono, io non soffro a stare senza una lei, ma so che ci sono persone che mi vogliono bene. Io ci tengo ad andare in campagna a zappare l'orto e sono in compagnia di chi conosco da anni, come le persone di *Fede e Luce*, la cosa bella è stare in compagnia e se parlo poco, per me non è un problema. **OL**

**Non lasciare che *Ombre e Luci* si spenga
Sostienici rinnovando il tuo contributo**

IBAN IT02 S076 0103 2000 0005 5090 005



Con PayPal



**Con bonifico
continuativo**
o c/c postale



**E ricorda che
puoi detrarre
la tua donazione!**



Ci sono donne e uomini che conosciamo per i segni
del potere che incarnano. Altri che ci vengono presentati
per i segni del male che operano. Ci sono poi donne
e uomini che non tutti conoscono e che non tutti vedono
forse perché il potere dei loro segni è nascosto,
dà fastidio, disturba. Cerchiamo segni del "bene fatto
bene" per ricordare che è tempo di rialzarci, di levare
il capo, di riprendere coraggio, di non lasciarsi atterrare
e sconfiggere dai segni del male

(Mariangela Bertolini, *Ombre e Luci* n.44, 1993)

